శ్రీనాథుని కాలం నాటి తీపి వంటకం "నూటిడి"

డా జి వి పూర్ణచందు

శ్రీనాథ మహాకవి హర విలాసంలో "ఉండ్రాళ్ళు నూటిడి పుండ్రేక్షులుం దేనె యనటిపండ్లు..." అంటూ నూటిడిని ప్రస్తావించాడు. అన్నమాచార్యులవారు "నువ్వులు, చిటిబెల్లాలు నువ్వుటిడియును జిన్ని మరుగులును ఎవ్వరువేంకట పతి కెరిగించ నారగింప కివ్వకివ్వనవ్వ నాకించీజుండీ!" అంటూ, వేంకటపతికి ఆరగింపుకోసం "నువ్వుటిడి" గురించి ప్రస్తావించాడు. శ్రీ తిరుమల రామచంద్ర "సాహితీ సుగతుని స్వగతం" పుస్తకంలో "నువ్వులు కొట్టిన ఇడి నూటిడి" అని ఒక వ్యాసం ప్రచురించారు. శృంగారనైషధంలో శ్రీనాథుడు వ్రాసిన "ఉడువీథీహారినీల..." అనే పద్యానికి వేదం వారి వ్యాఖ్యను ఆక్షేపిస్తూ, కమ్మనూటిడి అంటే, నువ్వుపిండితో చేసిన వంటకం అని తేల్చిచెప్పారు. ఆకాశమనే ఇంద్రనీలాల కంచంలో రాత్రి అనే ఇల్లాలు, మన్మథుడికి చంద్రబింబం లాంటి నూటిడితో పాటు నెయ్యి, పరమాన్నాలను గోముగా వడ్డించగా చకోరాలు సహపంక్తి భోజనం చేయాలని తహతహలాడినట్టు ఆయన ఆ పద్యభావాన్ని వివరించారు. రామాభ్యుదయం కావ్యంలో అయ్యలరాజు రామభద్రకవి "ఇడిరమ్మోని కుపాయనమ్ములు మనోభీష్టంబుగా బూరియలు వడలుం జక్కెరకజ్జెకాయలును లాడ్వాలుక్కెరన్ పూర్ణపంగుడుముల్ గారెలు, బెల్లమండిగలు నౌగులు, కమ్మచాపట్లు నూటిడులు దోసెలు, నప్పముల్ సుకియలున్ హేరాళమై కన్పడన్..." అంటు ఒక వర్ణనలో రకరకాలచిరు తిళ్ళు ప్రస్తావించాడు. బూరెలు, వడల్, చక్కెరకజ్జికాయలు, లడ్డూలు, ఉక్కెరలు, పూర్ణంబూరెలు, కుడుములూ,గారెలు, బెల్లమండిగలు, ఔగులు, కమ్మచాపట్లు, నూటిడులు, దోసెలు, అప్పాలు, సుకియలూ ఇవన్నీ ఆ మునిగారికి వడ్డించటానికి తయారు చేయగా, హేరాళమై కనిపిస్తున్నాయట. వీటిలో ప్రస్తుతం మన చర్చనీయాంశం నూటిడులు. నువ్వుల పిండితో నూటిడులను ఎలా తయారు చేసుకొని ఉంటారో ఇప్పుడు మనం ఊహించే ఒక ప్రయత్నం చేద్దాం.

నువ్వులు కొద్దిగా కారం, కొద్దిగా చేదు, కొద్దిగా తీపి రుచులు కలిగి కష్టంగా అరిగే ఆహార ద్రవ్యం. వేడి చేస్తాయి. ఆమ్లాన్ని, కఫాన్ని పెంచుతాయి. కాబట్టి, వేడిచేసే స్వభావం ఉన్నవారూ, ఉబ్బసం, దగ్గు, జలుబూ, బీపీ ఉన్నవారు తప్ప ఇతరులు వీటిని యథేచ్ఛగా తినవచ్చు. జీర్ణశక్తి బలంగా లేకపోతే అందరినీ ఇబ్బంది పెడుతుంది. నువ్వుల్ని నానబెట్టి తేలికగా దంచి కడిగితే పైన ఉండే నల్లని పొట్టంతా పోయి తెల్లనువ్వులు బయట పడతాయి. పొట్టుతీయటం వలన చేదు, కారం తగ్గి, మధురంగా ఉంటాయి. ఇవే నువ్వుపప్పు అంటే! వీటి నూనెనే "పప్పునూనె" అంటారు. పొట్టు తియ్యని నువ్వుల నూనెకీ, ఈ పప్పునూనెకీ రుచిలో మాత్రమే కాదు, గుణాలలో కూడా తేడా ఉంది. నిజానికి, కొద్దిగా చేదు, కారం ఉండటమే మంచిది.

నూటిడి అంటే నువ్వుపిండి అనే అర్థం ప్రకారం, తెల్లనువ్వులను కొట్టిన పిండిలో ఉప్పూ, కారం తగుపాళ్ళలో కలిపిన నువ్వుపొడి లేక నువ్వుపిండి నూటిడి కావచ్చునని కొందరి అభిప్రాయం. ఇది జీర్ణశక్తిని పెంచుతుంది. విరేచనం అయ్యేలా చేస్తుంది. వాత వ్యాధులున్నవారికి మంచిది. లైంగికశక్తిని కూడా పెంచుతుంది. గర్భాశయ దోషాలు పోగొట్టి, నెలసరి సక్రమంగా వచ్చేలా శక్తిమంతంగా పనిచేస్తుంది. అందుకని గర్భవతులకు ఈ నూటిడి పెట్టకూడదు. పితృ కార్యాలలో ఈ నువ్వు పిండిని తప్పనిసరిగా వాడతారు. కానీ వేంకటపతికి నైవేద్యం పెట్టాలని అన్నమయ్య కోరిన నువ్వుటిడి ఇది కాదనిపిస్తుంది. కాబట్టి, ప్రత్యేకంగా తయారు చేసిన తీపి పదార్థమే ఇది కావాలి.

తెల్లనువ్వుల్ని గానుగ ఆడిన తరువాత వచ్చిన పిప్పిని లేదా చెక్కని నువ్వుపప్పు చెక్క అనీ. తెలికిచెక్క అనీ అంటారు. ఈ తెలికిచెక్క పిండిని నూటిడి అనికూడా పిలిచి ఉండవచ్చునని కొందరి అభిప్రాయం. కందిపప్పు ఉడికించి, ఈ తెలికిపిండినీ, వెల్లుల్లినీ కలిపి వండిన కూర చాలా మేలు చేసేదిగా ఉంటుంది. లివర్ వ్యాధుల్లో మంచిది. కీళ్లవాతం వ్యాధిలో మంచి చేస్తుంది. శరీరానికి నీరుపట్టిన వ్యాధిలో మేలుచేస్తుంది. కానీ, ఇది కూరగానే తప్ప చిరుతిండిగా తినేది కాదు కాబట్టి, ఇది నూటిడి కాకపోవచ్చు. నువ్వులపిండి, తగినంత శొంఠిపొడి, ఉప్పు వేసుకొని గట్టి పెరుగులో కలిపి తాలింపు పెట్టుకొంటే దధిచంద్రికలా ఉండే కమ్మని పెరుగు పచ్చడి తయారవుతుంది. దీన్నీ నూటిడి అనేందుకు కొంత అవకాశం ఉంది.ఇది కీళ్ళవాతం, అమీబియాసిస్ వ్యాధుల్లో గొప్ప ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. అందరూ తిన దగిన మంచి పెరుగుపచ్చడి. కానీ, శ్రీనాథుడు వర్ణించినట్టు నెయ్యి, పరమాన్నాలతోపాటు మన్మథుడికి పెట్టదగిందిగా లేదు.

సుధాంశు బింబంలాంటి నూటిడిని శ్రీనాథుడు వర్ణించాడు. చంద్రబింబం అంటే గుండ్రంగా ఉండేదా లేక తెల్లగా ఉండేదా అనే ప్రశ్నలు తెలెత్తుతాయి. తెల్లగా, గుండ్రంగా ఉండేది అని అర్ధ సమన్వయం చేస్తే, తెల్లనువ్వులు అద్ది, అప్పడాల ఆకారంలో చేసిన గుండ్రని జీడీల్లాంటి తీపి పదార్థం నూటిడి అయిఉంటుందని ఒక ఊహ చేయవచ్చు. లేదా, మినపప్పుని నానబెట్టినట్టే, పొట్టు తీసిన నువ్వులనూ నానబెట్టి రుబ్బిన నువ్వులపిండిలో తురిమిన లేత కొబ్బరి, బెల్లం వీటితో చిమ్మిలి తయారు చేసి, చక్రికలాగా చేసి, నువ్వుపప్పు అద్దితే అది నూటిడి కావచ్చు. నువ్వులకు సంబంధించింది కాబట్టి నౌజు, నౌజుండలు అనే పేర్లతో పిలిచారు. ఈ నౌజు పదమే లౌజు అని జనవ్యవహారంలోమారింది. ఈ చక్రికలను అప్పాలమాదిరి నూనెలో వేయించినా రుచికరంగానే ఉంటాయి. అవి కూడా నూటిడులు కావచ్చు. శ్రీనాథ మహాకవి చేసిన వర్ణనలో నెయ్యి, నూటిడి, పరమాన్నం ఇవి మూడూ మన్మథ కార్యానికి ఉపలబ్ది చేకూర్చేవే కావటం గమనార్హం. నూటిడి ప్రాధాన్యత ఏమిటో దీన్నిబట్టి తేలికగా అర్థం అవుతుంది. కాబట్టి, పైన చెప్పిన ఏ రూపాలలో వండు కున్నా అన్నింటికీ ఈ గుణాలున్నాయి. అంబర మంత ఆనందం పొందవచ్చు.